

Unité de diététique

Les grandes lignes de mesures hygiéno-diététiques en cas de diarrhées :

* boire abondamment (eau, infusions, eau de riz, jus de carottes, bouillon de légumes) : **au moins 1 litre et demi par 24 heures**

* consommer principalement :

Viande, poisson, œufs, jambon cuit,
Riz blanc, pâtes, semoule, carottes cuites,
Crème de riz, tapioca, vermicelles,

Assaisonnés de très peu de matières grasses, crues de préférence

Fromages à pâte cuite : gruyère, Saint Paulin, Hollande, tomme de Savoie,...

Compotes de pomme/coing, ou pomme/banane, gelée de fruits, banane très mûre ou pochée, pomme crue râpée, biscuits secs, biscuits de Savoie

Biscottes ou pain grillé.

Revenir rapidement à l'alimentation précédemment conseillée dès que les troubles digestifs s'amenuisent.